

**LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
(PPL)**

LOKASI : MAN YOGYAKARTA II

2 Juli 2014 – 17 September 2014



Disusun Oleh :

SATRIA WIDI SEPTIANTO

NIM.11601244075

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2014

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Dosen Pembimbing PPL, Guru Pembimbing PPL, Kepala MAN Yogyakarta II, dan Guru Koordinator KKN-PPL, menyatakan:

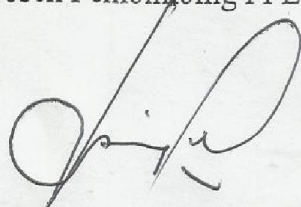
Nama : Satria Widi Septianto
NIM : 11601244075
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR)
Jurusan : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR)
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di MAN Yogyakarta II dari tanggal 01 Juli s/d 17 September 2014. Adapun hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini. Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini telah disetujui dan disahkan oleh.

Yogyakarta, September 2014

Mengetahui,

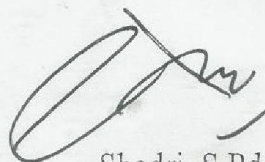
Dosen Pembimbing PPL



Dr. Dimiyati, M.Si.

NIP. 19670127 199203 1 002

Guru Pembimbing



Shodri, S.Pd.

NIP. 19641020 199403 1 002

Menyetujui,

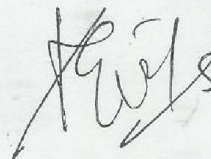
Kepala Madrasah



Drs. H. Paiman, M.A.

NIP. 19610505 198703 1 003

Koordinator KKN-PPL



Evi Effrisanti, S.TP.

NIP. 19740920 199903 2 001

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur senantiasa kami panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga pada kesempatan ini saya dapat menyelesaikan PPL di MAN Yogyakarta II dengan lancar. Laporan ini mengungkapkan seluruh kegiatan dan permasalahan yang ada dilapangan sebatas pengamatan, kemampuan, tenaga dan waktu yang tersedia. Tujuannya adalah untuk memberikan gambaran mengenai kegiatan PPL dan sekaligus melaporkan hasil keseluruhan rangkaian dan pelaksanaan PPL.

Penyusun menyadari bahwa keberhasilan kegiatan PPL ini tidak lepas dari bantuan dan peran serta berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

- Prof. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A selaku rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ketua UPPL beserta staf yang telah memberikan semua informasi pelaksanaan KKN – PPL disekolah.
- Hari Yulianto, M.Pd selaku DPL KKN yang telah memberikan bimbingan dan pemantauan KKN hingga penyusunan laporan ini.
- Dr. Dimiyati, M.Si selaku DPL PPL yang telah memberikan bimbingan dan pemantauan PPL hingga penyusunan laporan ini.
- Bapak/Ibu dosen Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan masukan dalam pelaksanaan KKN – PPL.
- Kepala Sekolah MAN Yogyakarta II yang sudah memberikan izin dan menyediakan fasilitas terhadap mahasiswa KKN – PPL.
- Bapak Shodri,S.Pd selaku guru pembimbing yang telah memberikan masukan dan arahan dalam PPL, sehingga penyusun mendapatkan pengalaman dalam mengajar.
- Segenap keluarga yang telah memberikan kekuatan lewat cinta dan kasih sayangnya selama ini dengan pengorbanan dan do'a yang tiada henti.
- Teman-teman seperjuangan dan seluruh mahasiswa KKN – PPL di MAN Yogyakarta II.
- Bapak/Ibu guru dan karyawan MAN Yogyakarta II yang sudah membantu melancarkan pelaksanaan KKN – PPL.
- Rekan-rekan OSIS MAN Yogyakarta II yang selalu membantu pelaksanaan program KKN – PPL.
- Seluruh peserta didik yang selalu setia mendengarkan dan mengerjakan setiap arahan yang kakak berikan.

- Semua pihak yang tidak dapat penyusun sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan KKN – PPL Universitas Negeri Yogyakarta 2014 di MAN Yogyakarta II.

Akhirnya penyusun menyadari bahwa dalam penulisan laporan ini masih banyak kekurangannya. Untuk itu penyusun membuka hati dengan lapang untuk menerima kritik dan saran yang membangun serta berharap semoga laporan ini sedikitnya dapat berguna bagi Lembaga Pengabdian Masyarakat, sekolah, maupun mahasiswa KKN – PPL selanjutnya. Semoga laporan ini bermanfaat sebagai upaya dalam mengembangkan dan meningkatkan profesionalisme mahasiswa sebagai calon guru.

Yogyakarta, 17 September 2014

Penyusun

Satria Widi Septianto

NIM. 11601244075

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
Ringkasan Kegiatan	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi	1
B. Rumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL	8
BAB II KEGIATAN PPL	
A. Persiapan.....	11
B. Pelaksanaan	13
C. Analisis hasil	19
D. Refleksi/Program Insidental	20
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	22
B. Saran	23
Daftar Pustaka	25
Lampiran.....	26

RINGKASAN KEGIATAN

PPL UNY di MAN Yogyakarta II merupakan salah satu program kegiatan yang dilaksanakan oleh LPPMP UNY untuk mahasiswa UNY dalam penerapan pendidikan akademik yang diwujudkan dalam kegiatan langsung mahasiswa di lembaga pendidikan. Hal ini bertujuan untuk memberikan pengalaman yang dapat meningkatkan kedewasaan dan profesionalitas mahasiswa untuk memperbaharui dan mewujudkan tatanan kehidupan bermasyarakat (dalam hal ini dunia pendidikan) yang lebih baik, salah satunya adalah dengan pelaksanaan serangkaian program PPL UNY di MAN Yogyakarta II tahun 2014 ini.

MAN Yogyakarta II terletak di Jln. K. H. Ahmad Dahlan, Yogyakarta. Lokasi MAN Yogyakarta II berada di wilayah Yogyakarta dekat dengan pusat nol kilometer kota Yogyakarta, sekitar 500 m ke arah barat dari pusat kota Yogyakarta tersebut.

PPL di MAN Yogyakarta II ini memiliki beberapa program yang bertujuan untuk memajukan lembaga sekolah. Selama pelaksanaan PPL ini mahasiswa juga diharapkan dapat terlatih kemampuannya dalam hal administrasi yang ada di lembaga sekolah, kegiatan siswa dan guru serta ikut dalam perbaikan-perbaikan yang dilaksanakan lembaga sekolah yang bersangkutan. Sebelum kegiatan PPL berlangsung mahasiswa melakukan kegiatan pra PPL yaitu melakukan observasi sehingga dapat memperoleh gambaran tentang aktifitas dan keadaan fisik sekolah untuk menentukan program kerja yang akan dilaksanakan nantinya. Setelah melalui kegiatan observasi, mahasiswa dapat merumuskan berbagai program kerja yang akan dilaksanakan. Program kerja PPL yang direncanakan oleh mahasiswa Prodi Pendidikan Biologi di MAN Yogyakarta II tahun 2014 ini meliputi: (1) Pengelolaan Hidroponik di Green House, (2) Pembuatan dan Penyusunan Silabus tahun pelajaran 2014-2015, (3) Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) satu semester, (4) Pembuatan media pembelajaran (5) Praktek mengajar dan (6) Evaluasi pembelajaran.

Serangkaian program kerja PPL MAN Yogyakarta II telah terlaksana dengan baik, walaupun terdapat beberapa hambatan dalam pelaksanaannya, seperti Program Mengajar di kelas memiliki tantangan juga dengan penyesuaian karakter anak didik, selain itu karena banyak libur menyebabkan jam mengajar hanya sedikit. Selain itu juga kesempatan mengajar hanya satu kelas saja, sehingga tidak bisa dijadikan pembandingan.

Beberapa program PPL yang telah terlaksana telah memberikan suatu kontribusi lebih tinggi bagi sekolah dan mahasiswa PPL. Selain itu juga mahasiswa PPL juga dapat melaksanakan program insidental yang disarankan dari pihak sekolah lebih maksimal.

BAB I

PENDAHULUAN

A. ANALISIS SITUASI

Pendidikan merupakan komponen penting yang menentukan kemajuan bangsa. Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Fungsi pendidikan itu sendiri erat sekali kaitannya dengan kualitas pendidikan, karena kualitas pendidikan tersebut mempengaruhi fungsi dan tujuan pendidikan nasional. Belakangan ini kualitas pendidikan Indonesia sedang dipertanyakan kualitasnya. Berbagai masalah pendidikan menjadi obrolan hangat masyarakat Indonesia. Sebenarnya kualitas pendidikan pada hakikatnya ditentukan antar lain oleh para pengelola dan pelaku pendidikan. Salah satu pelaku pendidikan adalah tenaga pendidik atau guru.

Tenaga pendidik dalam pelaksanaan sistem pendidikan dipandang sebagai faktor utama keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan nasional seperti yang tercantum dalam UU No. 2/1989 pasal 4, yaitu “Pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, dan seluruhnya” yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti yang luhur memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta bertanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan”. Guru sebagai faktor kunci dalam pendidikan, sebab sebagian besar proses pendidikan berupa interaksi belajar mengajar, dimana peranan guru sangat berarti. Guru sebagai pengajar atau pendidik merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan setiap adanya upaya pendidikan.

Kadar kualitas guru yang merupakan ujung tombak pendidikan ternyata dipandang sebagai penyebab rendahnya kualitas output sekolah. Rendah dan merosotnya mutu pendidikan Indonesia, hampir selalu menuding guru sebagai tenaga pengajar, sebab guru dianggap tidak berkompeten, tidak berkualitas, tidak

professional, dan lain sebagainya. Kompetensi pada dasarnya merupakan gambaran tentang apa yang seyogyanya dapat dilakukan (*be able to do*) seseorang dalam suatu pekerjaan, berupa kegiatan, perilaku dan hasil yang seyogyanya dapat ditampilkan atau ditunjukkan. Oleh karena itu, sekarang guru sebagai pelaku utama pendidikan dituntut harus bisa menjadi tenaga pendidik yang professional. Agar dapat melakukan (*be able to do*) sesuatu dalam pekerjaannya, tentu saja seseorang harus memiliki kemampuan (*ability*) dalam bentuk pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*) dan keterampilan (*skill*) yang sesuai dengan bidang pekerjaannya. Dalam perspektif kebijakan pendidikan nasional, pemerintah telah merumuskan empat jenis kompetensi guru sebagaimana tercantum dalam Penjelasan Peraturan Pemerintah No 14 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan yaitu kompetensi Profesional, kompetensi pedagogis, kompetensi sosial dan kompetensi pribadi. Pada kenyataannya memang banyak guru yang belum maksimal dapat menerapkan 4 kompetensi itu.

Berdasarkan hal tersebut, Universitas Negeri Yogyakarta sebagai perguruan tinggi yang mempunyai misi dan tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga-tenaga pendidik yang siap pakai, mencantumkan beberapa mata kuliah pendukung yang menunjang tercapainya kompetensi di atas, salah satunya yaitu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan langkah strategis untuk melengkapi kompetensi mahasiswa calon tenaga kependidikan dan salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta untuk mengembangkan ilmu yang telah diperoleh mahasiswa sehingga mampu mengaplikasikannya di lapangan/luar kampus, yaitu sekolah.

Program kegiatan PPL terintegrasi dan saling mendukung untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. Program-program yang dikembangkan difokuskan pada komunitas sekolah atau lembaga, mencakup civitas internal sekolah seperti guru, karyawan, siswa dan komite sekolah serta masyarakat lingkungan sekolah.

Pelaksanaan PPL melibatkan unsur-unsur dosen pembimbing PPL, guru pembimbing, koordinator KKN-PPL sekolah, kepala sekolah, siswa sekolah, mahasiswa praktikan. Mahasiswa akan mampu melaksanakan PPL dengan optimal

apabila memiliki kemampuan yang baik dalam hal proses pembelajaran maupun proses majerial dengan semua pihak yang terkait.

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) secara sederhana dapat dimengerti untuk memberikan kesempatan bagi mahasiswa agar dapat mempraktikan beragam teori yang mereka terima di bangku kuliah. Pada saat kuliah mahasiswa menerima atau menyerap ilmu yang bersifat teoritis, oleh karena itu, pada saat PPL ini mahasiswa berkesempatan untuk mempraktekan ilmunya, agar para mahasiswa tidak sekedar mengetahui suatu teori, tetapi lebih jauh lagi mereka juga memiliki kemampuan untuk menerapkan teori tersebut, tidak hanya dalam situasi simulasi tetapi dalam situasi sesungguhnya (real teaching).

Secara garis besar, manfaat yang diharapkan dari Praktik Pengalaman Lapangan, antara lain:

a. Bagi Mahasiswa

- 1) Mengetahui dan mengetahui secara langsung proses pembelajaran dan kegiatan kependidikan lainnya di tempat praktik.
- 2) Memperdalam pengertian, pemahaman, dan penghayatan dalam pelaksanaan pendidikan.
- 3) Mendapatkan kesempatan untuk mempraktekan bekal yang telah diperolehnya selama perkuliahan ke dalam proses pembelajaran dan atau kegiatan kependidikan lainnya.
- 4) Mendewasakan cara berpikir dan meningkatkan daya penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan, dan pemecahan masalah pendidikan yang ada di sekolah.

b. Bagi Sekolah

- 1) Mendapat inovasi dalam kegiatan pendidikan.
- 2) Memperoleh bantuan tenaga dan pikiran dalam mengelola pendidikan.

c. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

- 1) Memperoleh masukan perkembangan pelaksanaan praktek pendidikan sehingga kurikulum, metode, dan pengelolaan pembelajaran dapat disesuaikan.
- 2) Memperoleh masukan tentang kasus kependidikan yang berharga sehingga dapat dipakai sebagai bahan pengembangan penelitian.
- 3) Memperluas jalinan kerjasama dengan instansi lain.

I. Kondisi Sekolah

Man Yogyakarta II terletak di jalan KH. Ahmad Dahlan, Yogyakarta. Lokasi MAN Yogyakarta II sangat strategis karena berada ditepi jalan raya dan berada di pusat kota yakni sekitar 500 meter kearah barat dari pusat perbelanjaan Malioboro. Lokasi yang strategis memudahkan masyarakat dan seluruh warga MAN Yogyakarta untuk menjangkaunya.

Dalam perkembangannya MAN Yogyakarta II terus meningkatkan kualitasnya dalam memberikan fasilitas dan mutu pendidikan kepada siswa dan masyarakat. MAN Yogyakarta II memiliki kondisi dan fasilitas yang dapat dijelaskan seperti di bawah berikut:

a. Identitas Madrasah

- 1) Nama Madrasah : MAN YOGYAKARTA II
- 2) Nama Kepala Madrasah : Drs. H Paiman,M.A.
- 3) Alamat
 - a) Jalan/nomor : Jl.KHA.Dahlan No.130 Yogyakarta
 - b) Desa/Kelurahan : Ngampilan
 - c) Kecamatan : Ngampilan
 - d) Kabupaten/Kodya : Yogyakarta
 - e) Propinsi : Daerah Istimewa Yogyakarta
 - f) Kode Pos : 55261

- g) Telepon/Fax. : (0274) 513347
h) E-Mail Madrasah : -
4) Status Madrasah : Negeri
5) Nsm : 311347110012
6) Tahun Berdiri : 1978 (Man)

b. Visi, Misi, dan Tujuan MAN Yogyakarta II

Visi:

“Taqwa, Islami, Unggul dalam prestasi dan Berwawasan Lingkungan”

Misi :

- 1) Mewujudkan MAN Yogyakarta II sebagai “*The Real Islamic School*”
- 2) Membekali peserta didik menjadi manusia berilmu, bertaqwa dan berakhlakul kharimah
- 3) Mewujudkan pelayanan prima dalam pelaksanaan tugas-tugas kependidikan
- 4) Mewujudkan lingkungan madrasah yang bersih, sehat, aman, dan nyaman.

Tujuan :

- 1) Meningkatkan penerapan ajaran islam
- 2) Meningkatkan budaya kerja yang kondusif, sinergis, dan produktif serta lingkungan yang bersih dan sehat
- 3) Meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, akhlak mulia, serta keterampilan siswa untuk hidup mandiri dan atau mengikuti pendidikan lebih lanjut
- 4) Mengoptimalkan pelayanan terhadap pemangku kepentingan
- 5) Meningkatkan daya saing MAN Yogyakarta II dalam menghadapi era global
- 6) Menciptakan lingkungan madrasah yang kondusif bagi proses belajar mengajar.

MAN Yogyakarta II merupakan salah satu madrasah negeri yang ada di Kota Yogyakarta. Peserta didik di madrasah ini umumnya berasal dari Yogyakarta. Peserta didik dididik agar menjadi siswa yang berkarakter dan berjiwa islami untuk menjadi pribadi yang sholeh dan sholehah. Untuk mencapai hal tersebut maka di MAN Yogyakarta II terdapat mata pelajaran yang berkaitan dengan Agama Islam. Rutinitas ibadah dilakukan setiap hari dari kelas X hingga kelas XII. Setiap pagi dilakukan tadarus Al Quran selama 15 menit, yaitu dari pukul 07.00 - 07.15 WIB. Selain itu, kegiatan ibadah seperti sholat dhuha, sholat dzuhur, dan sholat Jum'at dilaksanakan secara berjamaah di mushola sekolah.

Di MAN Yogyakarta II terdapat 4 program studi/ jurusan/ peminatan, yaitu program IPA, IPS, Bahasa, dan Agama (untuk kelas XI dan XII). Sedangkan untuk kelas X yaitu program MIA (Matematika dan Ilmu Alam), IIS (Ilmu-ilmu Sosial), Bahasa, dan Agama. Untuk kegiatan ekstrakurikuler madrasah menyediakan 28 macam kegiatan yang dapat diikuti oleh peserta didik, yaitu teater, paduan suara, musik, hadroh, broad casting TV dan radio, pecinta alam, TIK, olympiade Jerman, Jepang, Sains, PASSUS, Pramuka, futsal, sepak bola, basket, volley, taekwondo, pencak silat, Calon Mubaligh, dan lain-lain.

Selain kegiatan ekstrakurikuler madrasah juga membina peserta didik melalui 5 kegiatan kader, yaitu :

- 1) APEL (Agen Perubahan Lingkungan)
- 2) Pengurus OSIS
- 3) Kader PIKR (Pusat Informasi Konseling Remaja)
- 4) Kader Pelajar Anti NAPZA
- 5) Kader PIO (Apoteker Remaja)

Melalui kegiatan ekstrakurikuler dan kaderisasi tersebut, peserta didik dapat mengembangkan bakat dan minat yang dimilikinya.

Karena praktikan merupakan mahasiswa dari jurusan Pendidikan Biologi maka analisis situasi yang diambil adalah yang mencakup jurusan IPA bidang Biologi. Yakni mencakup tentang RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran), media

pembelajaran, kurikulum yang digunakan, siswa, guru, dan penunjang pembelajaran lainnya.

Di MAN Yogyakarta II terdapat 2 guru Biologi yang mengampu kelas yang berbeda-beda. Guru memiliki perangkat pembelajaran yang digunakan sebagai acuan/ dasar untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran berupa silabus dan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran). Adapun kurikulum yang digunakan di MAN Yogyakarta II yakni Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) untuk kelas XI dan XII. Sedangkan untuk kelas X menggunakan kurikulum 2013. Oleh karena itu, pembuatan silabus dan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) untuk mata pelajaran Biologi kelas XI dan XII masih dibuat oleh guru sesuai dengan pedoman yang ada. Silabus yang digunakan oleh guru dibuat dalam periode semester dan RPP dibuat untuk setiap KD (Kompetensi Dasar) nya.

Ketika proses pembelajaran, guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam, berdoa dan mengadakan presensi siswa. Dalam menyajikan materi, guru mengajak siswa untuk berinteraksi sesuai dengan materi yang dibahas pada hari itu. Metode pembelajaran yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi dan pemberian tugas. Penggunaan waktu secara efektif, efisien serta proporsional sesuai dengan jam pelajaran yang telah ditentukan. Gerak yang dilakukan guru sudah fleksibel, guru tidak hanya duduk ditempat tapi berkeliling untuk memberi perhatian kepada siswa, guru mendekati siswa untuk mengetahui kesulitan yang dialami siswa. Guru memberikan stimulus kepada siswa dengan cara bertanya dan memberikan tugas. Teknik bertanya guru sudah baik, keras dan jelas. Teknik penguasaan kelas oleh guru, menurut saya masih sedikit terdapat kekurangan karena masih banyak murid yang ramai sendiri bahkan ada yang bermain HP dan makan di kelas. Guru juga telah menggunakan media pembelajaran sebagai alat bantu mengajar. Bentuk cara evaluasi yang diberikan guru antara lain ulangan, pengayaan dan remidi. Guru menutup kegiatan belajar mengajar dengan membuat kesimpulan bersama dengan siswa tentang materi yang telah diajarkan, melakukan evaluasi pembelajaran harian, dan terakhir menutup dengan salam.

Perilaku siswa di kelas berdasarkan hasil observasi, siswa tidak terlalu ramai dan bisa mengikuti proses pembelajaran di kelas. Siswa juga selalu mencatat setiap materi yang diajarkan. Perilaku siswa diluar kelas tetap ramah dan sopan terhadap gurunya.

B. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL

Program utama pelaksanaan PPL ini adalah praktik mengajar. Sebelum praktik mengajar dilaksanakan, ada beberapa administrasi pembelajaran yang harus dibuat. Hal pertama yang perlu dilakukan adalah melakukan observasi kegiatan pembelajaran di kelas. Dengan melakukan observasi maka mahasiswa dapat menentukan teknik dan media yang tepat untuk digunakan dalam praktik mengajar. Selain praktik mengajar di kelas, program pelaksanaan PPL yang lain adalah mengikuti kegiatan sekolah. Kegiatan ini dapat berupa kegiatan rutin dan kegiatan insidental.

Berdasarkan hasil observasi kelas yang dilakukan pada bulan Ferbuari 2014, maka untuk program yang direncanakan pada program PPL UNY di MAN Yogyakarta II adalah sebagai berikut :

a. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dibuat sebanyak jumlah KI-KD dalam satu semester. Setiap Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang dibuat adalah untuk satu kompetensi dasar. RPP yang dibuat disesuaikan dengan materi yang telah diajarkan sebelumnya oleh guru.

b. Praktek mengajar

Praktek mengajar akan dilaksanakan di kelas XI Bahasa dan dimulai pada 11 Agustus 2014. Pokok bahasan yang diajarkan sesuai dengan RPP yang telah dibuat sebelumnya, yaitu mengenai permainan futsal dan sepakbola.

c. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi pembelajaran dilakukan setiap kali selesai pembelajaran.

Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan mahasiswa tahun 2014, dilaksanakan pada tanggal 01 Juli sampai dengan 17 September 2014, yaitu :

1. Observasi Fisik Sekolah

Tahap ini bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran tentang sekolah terutama yang berkaitan dengan situasi dan kondisi sekolah sebagai tempat mahasiswa melaksanakan praktek, agar mahasiswa dapat menyesuaikan diri serta menyesuaikan program PPL.

2. Observasi Proses Belajar Mengajar Di dalam Lapangan

Tahap ini bertujuan agar mahasiswa memperoleh pengetahuan dan pengalaman terlebih dahulu mengenai tugas menjadi seorang guru, khususnya tugas dalam mengajar. Obyek pengamatannya adalah kompetensi profesional yang dicalonkan guru pembimbing. Selain itu juga pengamatan terhadap keadaan kelas yang sebenarnya dan pada proses belajar yang terjadi di lapangan. Observasi kegiatan proses belajar mengajar bertujuan untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman pendahuluan mengenai proses belajar mengajar yang berlangsung, proses pendidikan yang lain dilembaga tersebut, tugas guru, dan kepala sekolah, tugas instruktur dan lembaga, pemanfaatan media dalam proses belajar mengajar, hambatan atau kendala serta pemecahannya.

3. Praktek Mengajar

Tahap inti dari praktek pengalaman lapangan adalah latihan mengajar di kelas dan di lapangan. Pada tahap ini mahasiswa praktikan diberi kesempatan untuk menggunakan seluruh kemampuan dan keterampilan mengajar yang diperoleh dari pengajaran mikro

4. Praktek Persekolahan

Kegiatan praktik persekolahan di MAN Yogyakarta 2 adalah:

- a. Upacara bendera satu bulan sekali dan dilaksanakan untuk memperingati hari-hari nasional.
- b. Piket KBM (KBM pagi dilaksanakan pukul 06.30 - 10.15 WIB dan KBM siang dilaksanakan pukul 10.30 - 14.45 WIB)
- c. Piket perpustakaan
- d. Piket TU
- e. Piket kurikulum

5. Penyusunan Laporan

Kegiatan penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari kegiatan PPL, yang berfungsi sebagai laporan pertanggungjawaban mahasiswa atas pelaksanaan PPL. Laporan ini bersifat individu.

6. Penarikan PPL

Kegiatan penarikan PPL dilakukan pada tanggal 17 September 2014 yang sekaligus menandai berakhirnya kegiatan PPL di MAN Yogyakarta 2. Kegiatan KBM sudah terpenuhi sesuai target dan selesai pada tanggal 04 September 2014 dan dalam waktu setelah selesai KBM maka digunakan untuk melengkapi laporan-laporan serta persiapan untuk acara perpisahan dengan pihak sekolah yang dilaksanakan pada tanggal 17 September 2014.

Demikian tahap-tahap dalam program dan rancangan praktik pengalaman lapangan yang dilaksanakan di MAN Yogyakarta 2.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN

Sebelum pelaksanaan PPL banyak hal yang perlu dipersiapkan dan dilaksanakan oleh mahasiswa. Beberapa hal yang dilakukan mahasiswa dalam rangka persiapan PPL adalah sebagai berikut :

1. Pembekalan KKN PPL

Sebelum pelaksanaan PPL, mahasiswa memperoleh pembekalan yang dilaksanakan di kampus UNY, yaitu di masing-masing fakultas oleh dosen pembimbing lapangan PPL. Tujuan dari Pembekalan adalah agar mahasiswa menguasai kompetensi sebagai berikut :

- a) Mendalami dan menghayati konsep dasar, arti, dan tujuan, pendekatan, program, pelaksanaan, monitoring, dan pelaksanaan PPL
- b) Memiliki bekal pengetahuan tata karma kehidupan di sekolah
- c) Memiliki wawasan tentang pengelolaan dan pengembangan lembaga pendidikan
- d) Memiliki bekal pengetahuan dan ketrampilan praktis agar dapat melaksanakan program dan tugas-tugasnya di sekolah
- e) Memiliki pengetahuan untuk dapat bersikap dan bekerja dalam kelompok secara interdisipliner dan lintas sektoral dalam rangka penyelesaian tugas di sekolah
- f) Memiliki kemampuan menggunakan waktu secara efektif dan efisien pada saat melaksanakan program PPL Materi yang disampaikan pada saat pembekalan antara lain pengembangan wawasan mahasiswa, pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru bidang pendidikan, dan materi yang terkait dengan teknis PPL.

2. Praktik Pembelajaran Mikro

Praktik pembelajaran mikro adalah mata kuliah yang wajib bagi calon mahasiswa KKN PPL. Secara umum pengajaran mikro bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar di sekolah/lembaga pendidikan dalam program PPL. Secara khusus tujuan pengajaran mikro adalah :

- a. Melatih mahasiswa menyusun RPP
- b. Membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar terbatas dan terpadu
- c. Membentuk kompetensi kepribadian
- d. Membentuk kompetensi social

Mahasiswa tidak bisa mengikuti program KKN PPL jika nilai pengajaran mikro yang didapatkan kurang atau dinyatakan tidak lulus oleh dosen pengampu pengajaran mikro. Praktik pengajaran mikro ini dilaksanakan sejak bulan maret sampai bulan Juni 2014.

3. Observasi

Kegiatan observasi ini dilakukan setelah diterjunan ke sekolah, tepatnya dilaksanakan pada bulan Maret 2014 jam 08.00 WIB di MAN Yogyakarta II di seluruh kelas. Hal ini penting untuk mengetahui bagaimana kondisi kelas dan bagaimana biasanya guru mengajar, agar bisa mempersiapkan terlebih dahulu sebelum masuk dan mengajar di kelas serta di lapangan. Hasil dari observasi ini kemudian menjadi bahan pertimbangan atau acuan dalam menyusun program PPL.

4. Persiapan Administrasi Pembelajaran

Sebelum praktik mengajar, penyusun terlebih dahulu membuat perangkat pembelajaran yang diperlukan, meliputi rencana pelaksanaan pembelajaran serta media yang akan digunakan. Pembuatan persiapan mengajar ini dibimbing oleh guru pembimbing PPL, dan mengacu pada kurikulum, kalender pendidikan, dan buku pegangan guru. Dengan persiapan ini diharapkan penyusun dapat melaksanakan

kegiatan pembelajaran di lapangan dengan baik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

B. PELAKSANAAN PPL

PPL dilaksanakan menyesuaikan dengan pihak sekolah dan kesepakatan antara mahasiswa dengan guru pembimbing yang bersangkutan. Penyusun mulai masuk dan mengajar di kelas dari tanggal 11 Agustus sampai 17 September 2013 dikarenakan pada awal masuk sekolah masih dilaksanakan MOS (Masa Orientasi Siswa) dan pembelajaran belum efektif. Kemudian penyusun masih melakukan observasi mendalam pada kelas yang akan diampu yaitu seluruh kelas. Beberapa program PPL yang dilaksanakan adalah :

1. Penyusunan perangkat pembelajaran

Sebelum masuk kelas dan mengajar siswa, praktikan harus menyusun berbagai perangkat pembelajaran yang sebelumnya harus dikonsultasikan dengan guru pembimbing untuk diberi pengarahan dan masukan. perangkat pembelajaran yang disiapkan oleh penyusun adalah RPP yang akan digunakan untuk mengajar, bahan ajar dan lain sebagainya.

2. Praktek Mengajar

Kegiatan praktik mengajar bisa dikatakan sebagai bagian inti atau bagian terpenting dari program PPL. Dengan praktik mengajar langsung, diharapkan praktikan dapat memperoleh pengalaman mengajar secara langsung di lapangan, dan penyusun juga mampu mengaplikasikan semua ilmu yang sudah dipelajari di bangku kuliah. Praktikan diberikan kesempatan untuk mengajar di kelas sampai tanggal 13 September 2014 dan mengampu 12 kelas yaitu XI B, XI Ag, XI A2, XI A1, XI IS1, XI A3, XI IS2, XI IS3, XII Ag, XII S1, XII S3, XII S2. Selama proses belajar mengajar banyak hal-hal di luar dugaan yang terjadi disana.

Proses belajar mengajar bisa dikatakan cukup baik karena ketika pembelajaran berlangsung, para siswa mendengarkan meskipun diselingi

dengan mengobrol. Hal ini berlangsung hingga penyusun berhenti mengajar di kelas tersebut.

Dari praktik mengajar ini penyusun mendapat banyak pembelajaran dan menyadari banyaknya kekurangan yang ada pada penyusun sehingga perlu belajar lebih banyak lagi jika ingin menjadi guru yang sesungguhnya. Berikut adalah jadwal mengajar selama PPL beserta materi dan kegiatan yang disampaikan.

Tabel 1. Jadwal pembelajaran

Pertemuan ke-	Hari, tgl	Jam ke-	Kelas	Materi
1	Senin, 11 Agustus 2014	2,3	XI B	- Lari jarak pendek
2	Senin, 11 Agustus 2014	4,5	XI Ag	- Lari jarak pendek
3	Selasa, 12 Agustus 2014	1,2	XI A 2	- Lari jarak pendek
4	Selasa, 12 Agustus 2014	3,4	XI A 1	- Lari jarak pendek
5	Rabu, 13 Agustus 2014	1,2	XI IS 1	- Lari jarak pendek
6	Rabu, 13 Agustus 2014	3,4	XI A3	- Lari jarak pendek
7	Kamis, 14 Agustus 2014	1,2	XI IS 2	- Lari jarak pendek
8	Kamis, 14 Agustus 2014	3,4	XI IS 3	- Lari jarak pendek
9	Jum'at, 15 Agustus 2014	2,3	XII Ag	- Lari jarak pendek

10	Jum'at, 15 Agustus 2014	4,5	XII S1	- Lari jarak pendek
11	Sabtu, 16 Agustus 2014	1,2	XII S3	- Lari jarak pendek
12	Sabtu, 16 Agustus 2014	3,4	XII S2	- Lari jarak pendek
13	Senin, 18 Agustus 2014	2,3	XI B	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
14	Senin, 18 Agustus 2014	4,5	XI Ag	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
15	Selasa, 19 Agustus 2014	1,2	XI A 2	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
16	Selasa, 19 Agustus 2014	3,4	XI A 1	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
17	Rabu, 20 Agustus 2014	1,2	XI IS 1	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
18	Rabu, 20 Agustus 2014	3,4	XI A3	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
19	Kamis, 21 Agustus 2014	1,2	XI IS 2	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
20	Kamis, 21 Agustus 2014	3,4	XI IS 3	- Aktivitas Pengembangan

				(Multistage)
21	Jum'at, 22 Agustus 2014	2,3	XII Ag	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
22	Jum'at, 22 Agustus 2014	4,5	XII S1	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
23	Sabtu, 23 Agustus 2014	1,2	XII S3	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
24	Sabtu, 23 Agustus 2014	3,4	XII S2	- Aktivitas Pengembangan (Multistage)
25	Senin, 25 Agustus 2014	2,3	XI B	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
26	Senin, 25 Agustus 2014	4,5	XI Ag	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
27	Selasa, 26 Agustus 2014	1,2	XI A 2	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
28	Selasa, 26 Agustus 2014	3,4	XI A 1	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
29	Rabu, 27 Agustus 2014	1,2	XI IS 1	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
30	Rabu, 27 Agustus 2014	3,4	XI A3	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
31	Kamis, 28 Agustus 2014	1,2	XI IS 2	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
32	Kamis, 28 Agustus 2014	3,4	XI IS 3	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage

33	Jum'at, 29 Agustus 2014	2,3	XII Ag	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
34	Jum'at, 29 Agustus 2014	4,5	XII S1	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
35	Sabtu, 30 Agustus 2014	1,2	XII S3	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
36	Sabtu, 30 Agustus 2014	3,4	XII S2	- Futsal/sepakbola - Remedial multistage
37	Senin, 1 September 2014	2,3	XI B	- Bola Basket
38	Senin, 1 September 2014	4,5	XI Ag	- Bola Basket
39	Selasa, 2 September 2014	1,2	XI A 2	- Bola Basket
40	Selasa, 2 September 2014	3,4	XI A 1	- Bola Basket
41	Rabu, 3 September 2014	1,2	XI IS 1	- Bola Basket
41	Rabu, 3 September 2014	3,4	XI A3	- Bola Basket
43	Kamis, 4 September 2014	1,2	XI IS 2	- Bola Basket
44	Kamis, 4 September 2014	3,4	XI IS 3	- Bola Basket
45	Jum'at, 5 September 2014	2,3	XII Ag	- Uji diri/ Senam
46	Jum'at, 5 September 2014	4,5	XII S1	- Uji diri/ Senam
47	Sabtu, 6	1,2	XII S3	- Uji diri/ Senam

	September 2014			
48	Sabtu, 6 September 2014	3,4	XII S2	- Uji diri/ Senam
37	Senin, 8 September 2014	2,3	XI B	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
38	Senin, 1 September 2014	4,5	XI Ag	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
39	Selasa, 2 September 2014	1,2	XI A 2	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
40	Selasa, 2 September 2014	3,4	XI A 1	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
41	Rabu, 3 September 2014	1,2	XI IS 1	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
41	Rabu, 3 September 2014	3,4	XI A3	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
43	Kamis, 4 September 2014	1,2	XI IS 2	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
44	Kamis, 4 September 2014	3,4	XI IS 3	- Kebugaran Jasmani (lari jarak pendek)
45	Jum'at, 5 September 2014	2,3	XII Ag	- Bola Basket

46	Jum'at, 5 September 2014	4,5	XII S1	- Bola Basket
47	Sabtu, 6 September 2014	1,2	XII S3	- Bola Basket
48	Sabtu, 6 September 2014	3,4	XII S2	- Bola Basket

3. Evaluasi Belajar

Evaluasi pembelajaran dilakukan setelah siswa mempraktikkan materi yang telah diajarkan setelah proses pembelajaran selesai.

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

Dari pelaksanaan program kerja PPL yang telah dilaksanakan dan hasil yang diperoleh, dapat dikatakan program PPL berjalan dengan cukup baik dan lancar. Jumlah mengajar 31 kali tatap muka, seperti yang telah dicantumkan dalam panduan PPL UNY 2014. Dalam pelaksanaan program PPL mahasiswa dapat melaksanakan dengan program dengan baik. Kendala yang dirasakan oleh praktikan dalam pelaksanaan program adalah :

- a) Penyusunan perangkat pembelajaran (RPP, silabus, dan perangkat lainnya).
Kesulitan dalam mencari bahan dan batasan materi untuk tiap pertemuannya karena menyesuaikan waktu dan juga kurikulum yang baru ;
- b) Praktikan tidak mempunyai persiapan berupa antisipasi terhadap hal-hal yang terjadi di lapangan ketika masuk kelas, misalnya bagaimana jika siswa tidak bisa dikendalikan, bagaimana jika siswa lama dalam memahami materi, bagaimana jika siswa bosan dengan apa yang praktikan lakukan, dsb.
- c) Sebagai mahasiswa yang masih awam, belum mampu mengajar secara efektif.
- d) Praktikan belum berpengalaman dalam mengalokasikan waktu yang sesuai dengan tujuan pembelajaran pada rencana pembelajaran.
- e) Menentukan nilai yang objektif

Dengan melihat analisis hasil pelaksanaan PPL di atas, hambatan dan permasalahan yang muncul dalam pelaksanaan PPL antara lain :

- a. Kurangnya motivasi siswa dalam belajar sehingga menyebabkan proses pembelajaran berjalan lambat.
- b. Kurangnya bahan belajar bagi siswa di lapangan, sebagai contoh lapangan standar penunjang belajar siswa masih belum terpenuhi saat pembelajaran berlangsung.
- c. Beberapa anak ada yang masih mengobrol sendiri ketika pelajaran berlangsung
- d. Waktu merupakan faktor penting yang harus dipertimbangkan dan diatur dengan baik, agar pelaksanaan pembelajaran lebih teratur.
- e. Sering-sering berkonsultasi dengan guru dan *sharing* segala hal yang masih dirasakan sulit atau apapun yang akan dilakukan harus dikoordinasikan dengan guru pembimbing agar tidak ada kekeliruan.

D. PROGRAM INCIDENTAL

Beberapa program incidental yang dilaksanakan ketika PPL antara lain yaitu:

1. Piket Madrasah

Piket Madrasah merupakan kegiatan rutinitas setiap hari yang harus dilaksanakan oleh semua guru MAN Yogyakarta II, dalam kegiatan ini anggota KKN-PPL UNY juga dimintai tolong oleh pihak madrasah untuk mengisi piket madrasah yang dilaksanakan secara bergilir sesuai jadwal yang ditentukan. Tugas dari piket ini adalah melakukan absensi di seluruh kelas pada pagi hari; memberikan surat ijin untuk keluar sekolah dikarenakan ada kepentingan; memberikan surat ijin untuk masuk ke dalam kelas jika ada siswa terlambat; memencet BEL tanda masuk, istirahat, pergantian jam, maupun pulang sekolah; dan memberikan tugas ke kelas jika ada guru yang berhalangan hadir dan menitipkan tugas, dan mengambil rekap guru setiap jam ke-9 di tiap-tiap kelas.

2. Piket Perpustakaan

Selain piket madrasah, praktikan juga mendapat jadwal piket perpustakaan. Piket perpustakaan dimulai jam 08.00 sampai 14.45 WIB. Tugas-tugas yang ada di perpustakaan antara lain menyampul buku, membuat inventaris buku, melayani peminjaman dan pengembalian buku, dan menata administrasi. Piket perpustakaan didampingi bersama petugas perpustakaan.

3. Piket Kurikulum

Sebelum memasuki KBM madrasah, praktikan sempat membantu piket kurikulum. Misalnya membantu dalam mengedit data/ dokumen. Selain itu juga, setiap ada tugas yang berkaitan dengan kurikulum praktikan dan rekan-rekan membantu.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan PPL yang telah dilaksanakan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Kegiatan PPL menjadikan mahasiswa dapat terjun langsung dan berperan aktif dalam lembaga pendidikan formal, menambah sudut pandang dan memperluas wawasan mahasiswa dalam lingkungan sekolah, membentuk mahasiswa agar lebih kreatif, inovatif dan percaya diri sebagai bagian dari masyarakat
2. Observasi pembelajaran dan pengenalan karakteristik siswa sangat penting dilakukan agar proses pembelajaran dapat berjalan lancar. Kemampuan mengobservasi yang tepat akan memudahkan menyusun strategi pembelajaran yang tepat pula sehingga akan memperlancar pelaksanaan pembelajaran
3. Sekolah, mahasiswa, dosen pembimbing, guru, dan siswa adalah komponen penting yang harus saling terpacu dan bekerjasama guna kelangsungan dan kelancaran proses pendidikan.
4. PPL mendewasakan cara berfikir dan meningkatkan daya penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan PPL memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk menerapkan dan mengembangkan ilmu serta keterampilan yang dimiliki dalam kegiatan pembelajaran.

B. SARAN

1. Bagi mahasiswa
 - a. Mahasiswa harus mampu untuk menggunakan berbagai macam model atau metode pembelajaran sehingga pelajaran Biologi menjadi pelajaran yang menyenangkan
 - b. Mahasiswa harus memiliki persiapan yang matang untuk melaksanakan PPL baik dari segi manajemen waktu maupun manajemen kelas. Hal lain yang juga harus dipersiapkan adalah fisik dan mental yang baik.

- c. Mahasiswa harus mampu mengelola kelas dan siswa agar kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik. Pengelolaan kelas meliputi bagaimana mengkondisikan siswa agar siap untuk menerima pelajaran serta menerima pelajaran itu sendiri hingga sampai pada taraf evaluasi. Dalam pengelolaan kelas, sebisa mungkin melibatkan siswa sebagai kelompok aktif bukan terpusat pada guru saja.

2. Bagi sekolah

- a. Agar lebih meningkatkan pengetahuan guru dalam bidang teknologi, karena teknologi terutama berbasis IT sangat bermanfaat dalam menunjang proses pembelajaran kepada siswa
- b. Agar menambah variasi media pembelajaran. Hal ini bisa dilakukan dengan mencari atau membuat sendiri media-media pembelajaran yang mudah dan efektif bagi pembelajaran.
- c. Sekolah dapat bekerjasama dengan mahasiswa dalam setiap kegiatan dengan lebih baik.
- d. Hubungan yang sudah terjalin antara pihak sekolah dan UNY hendaknya lebih ditingkatkan dengan saling memberi masukan antara kedua belah pihak.
- e. Disiplin seluruh warga sekolah sebaiknya lebih ditingkatkan sehingga seluruh kegiatan di sekolah dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan yang telah direncanakan.

3. Bagi Lembaga Penelitian dan Pengembangan Mutu Pendidikan (LPPMP)

Koordinasi setiap fakultas atau jurusan sebaiknya ditingkatkan sehingga mempermudah birokrasi.

4. Bagi Unit Program Pengalaman Lapangan

- a. UPPL hendaknya menciptakan mekanisme yang lebih baik dalam pemberian bantuan perlengkapan kegiatan KKN-PPL.
- b. Pembekalan kegiatan KKN-PPL sebaiknya lebih dimaksimalkan.
- c. Pengelolaan administrasi harus lebih baik

DAFTAR PUSTAKA

Tim Penyusun. 2012. *Panduan KKN – PPL 2012*. Yogyakarta : UPPL UNY.

Tim Pembekalan KKN PPL. 2012. *Materi Pembekalan KKN – PPL 2012*.
Yogyakarta : UPPL Universitas Negeri Yogyakarta.

Wachidatun, Siti. 2011. *Laporan Kegiatan KKN-PPL di MAN Yogyakarta 2*.

LAMPIRAN



LAPORAN HASIL PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
MAHASISWA PPL UNY 2014
MAN YOGYAKARTA II

F02
untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : MAN YOGYAKARTA II
ALAMAT SEKOLAH : Jl.KHA.Dahlan No.130
YOGYAKARTA
GURU PEMBIMBING : SHODRI, S.Pd
NIP : 19740920 199903 2 001

NAMA MAHASISWA : SATRIA WIDI SEPTIANTO
NIM : 11601244075
FAK./JUR : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Dr. DIMYATI, M.Si
NIP : 19670127 199203 1 002

No.	Nama Praktikan	Jurusan	Hari, Tanggal	Jadwal Mengajar		Kompetensi Dasar	Indikator
				Kelas	Jam ke-		
1.	Satria Widi Septianto	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi	Senin, 11 Agustus 2014	XI Bahasa dan XI Agama	2-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<ul style="list-style-type: none">- Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.- Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.
			Selasa, 12 Agustus 2014	XI A2 dan XI A1	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<ul style="list-style-type: none">- Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.- Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.

			Rabu, 13 Agustus 2014	XI IS1 dan XI A3	1-3 4-6	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek. - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.
			Kamis, 14 Agustus 2014	XI IPS 2 dan XI IPS 3	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek. - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.
			Jumat, 15 Agustus 2014	XII Agama dan XII IPS 1	2-3 4-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek. - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.

			Sabtu, 16 Agustus 2014	XII S3 dan XII IS2	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek. - Melakukan teknik dasar lari jarak pendek.
			Senin, 18 Agustus 2014	XI Bahasa dan XI Agama	2-5	Mempraktikan berbagai teknik meningkatkan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage) - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage)
			Selasa, 19 Agustus 2014	XI A2 dan XI A1	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik meningkatkan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage) - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage)
			Rabu, 20 Agustus 2014	XI IS1 dan XI A3	1-3 4-6	Mempraktikan berbagai teknik meningkatkan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage) - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage)
			Kamis, 21 Agustus 2014	XI IPS 2 dan XI IPS 3	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik meningkatkan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage) - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage)
			Jumat, 22 Agustus 2014	XII Agama dan XII	2-3 4-5	Mempraktikan berbagai teknik meningkatkan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage) - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage)

			IPS 1			multistage)
		Sabtu, 23 Agustus 2014	XII S3 dan XII IS2	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik meningkatkan kebugaran	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage) - Melakukan teknik dasar Kebugaran (multistage)
		Senin, 25 Agustus 2014	XI Bahasa dan XI Agama	2-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya Kebugaran Penjas.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar futsal / sepakbola. - Melakukan teknik futsal / sepakbola - Remedial multistage
		Selasa, 26 Agustus 2014	XI A2 dan XI A1	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya Kebugaran Penjas.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar futsal / sepakbola. - Melakukan teknik futsal / sepakbola - Remedial multistage
		Rabu, 27 Agustus 2014	XI IS1 dan XI A3	1-3 4-6	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya Kebugaran Penjas.	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar futsal / sepakbola. - Melakukan teknik futsal / sepakbola - Remedial multistage
		Kamis, 28 Agustus 2014	XI IPS 2 dan XI IPS 3	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar futsal / sepakbola. - Melakukan teknik futsal / sepakbola

					Kebugaran Penjas.	<ul style="list-style-type: none"> - Remedial multistage
		Jumat, 29 Agustus 2014	XII Agama dan XII IPS 1	2-3 4-5	<p>Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> <p>Kebugaran Penjas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar futsal / sepakbola. - Melakukan teknik futsal / sepakbola - Remedial multistage
		Sabtu, 30 Agustus 2014	XII S3 dan XII IS2	1-2 3-4	<p>Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> <p>Kebugaran Penjas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar futsal / sepakbola. - Melakukan teknik futsal / sepakbola - Remedial multistage
		Senin, 1 September 2014	XI Bahasa dan XI Agama	2-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja - Melakukan teknik dasar bulu tangkis
		Selasa, 2 September 2014	XI A2 dan XI A1	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja - Melakukan teknik dasar bulu tangkis
		Rabu, 3 September 2014	XI IS1 dan XI A3	1-3 4-6	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja

							<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar bulu tangkis
			Kamis, 4 September 2014	XI IPS 2 dan XI IPS 3	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja - Melakukan teknik dasar bulu tangkis
			Jumat, 5 September 2014	XII Agama dan XII IPS 1	2-3 4-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar bola basket - Melakukan permainan bolabasket - Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja
			Sabtu, 6 September 2014	XII S3 dan XII IS2	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar bola basket - Melakukan permainan bolabasket - Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja
			Senin, 8 September	XI Bahasa	2-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar cara mendribble bola basket

			2014	dan XI Agama		terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar cara mengumpan dan menerima umpan - Melakukan teknik dasar bermain bolabasket
			Selasa, 9 September 2014	XI A2 dan XI A1	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar cara mendribble bola basket - Melakukan teknik dasar cara mengumpan dan menerima umpan - Melakukan teknik dasar bermain bolabasket
			Rabu, 10 September 2014	XI IS1 dan XI A3	1-3 4-6	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar cara mendribble bola basket - Melakukan teknik dasar cara mengumpan dan menerima umpan - Melakukan teknik dasar bermain bolabasket
			Kamis, 11	XI IPS	1-2	Mempraktikan berbagai teknik dasar	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar cara mendribble

			September 2014	2 dan XI IPS 3	3-4	permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	bola basket - Melakukan teknik dasar cara mengumpan dan menerima umpan - Melakukan teknik dasar bermain bolabasket
			Jumat, 12 September 2014	XII Agama dan XII IPS 1	2-3 4-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	- Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja - Melakukan teknik dasar bulu tangkis
			Sabtu, 13 September 2014	XII S3 dan XII IS2	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	- Melakukan teknik dasar tenis meja - Melakukan permainan tenis meja - Melakukan teknik dasar bulu tangkis
			Senin, 15 September 2014	XI Bahasa dan XI Agama	2-5	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	- Melakukan teknik dasar cara mendribble bola basket - Melakukan teknik dasar cara mengumpan dan menerima umpan - Melakukan teknik dasar bermain

							bolabasket
			Selasa, 16 September 2014	XI A2 dan XI A1	1-2 3-4	Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan, olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar cara mendribble bola basket - Melakukan teknik dasar cara mengumpan dan menerima umpan - Melakukan teknik dasar bermain bolabasket

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Yogyakarta,2014

Mahasiswa PPL

Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001

Satria Widi Septianto
NIM.11601244075

No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadana/Sekolah/Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/Lembaga lainnya	Jumlah
1.	Pengadaan Sarana dan prasarana belajar	Suttlekok	-	21.000,00	-	-	21.000,00
2.	Renovasi Sarpras	Pengecatan gawang futsal		60.000,00			60.000,00
3.	Rencana Pembelajaran	Hard copy RPP dan Silabus	10.000,00	25.000,00			35.000,00
Jumlah Total							Rp. 116.000,00



**LAPORAN DANA PELASANAAN PPL
TAHUN 2014**

F02

Untuk
mhasiswa

Mengetahui,

Kepala MAN Yogyakarta II

Dosen Pembimbing,

Mahasiswa PPL

Drs. H. Paiman, MA

NIP. 1961050519870731003

Shodri, S.Pd.

NIP.19740920 199903 2 001

Shodri, S.Pd.

Satria Widi Septianto

NIM. 11601244075

PERANGKAT PEMBLAJARAN

PROGRAM TAHUNAN

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani. Olahraga dan Kesehatan
Satuan Pendidikan	: SMA/MA
Kelas	: XI
Tahun	: 2014/2015
Nama Guru	: Shodri, S.Pd
Sekolah	: MAN Yogyakarta II

PROGRAM TAHUNAN (PROTA)
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Sekolah : MAN Yogyakarta II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.
Kelas : XI
Tahun Pelajaran : 2014-2015

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR	MATERI PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU	KET
1. Mengolah, menyaji dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, dan memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori	1.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar berbagai bentuk permainan bola besar dengan koordinasi yang baik	Sepakbola	6 jp	3 jp 3 tes
	1.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar berbagai bentuk permainan bola besar dengan koordinasi yang baik	Bola voli	6jp	3 jp 3 tes
	1.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar berbagai bentuk permainan bola kecil dengan koordinasi yang baik	Bola kasti	6jp	3jp 3tes
	1.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar berbagai bentuk permainan bola kecil dengan koordinasi yang baik	Softball	6 jp	3jp 3tes
	1.5 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) dengan koordinasi yang baik	Lari Jarak Pendek	6 jp	3jp 3tes
	1.6 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)	Tolak Peluru	6 jp	3jp 3tes

	dengan koordinasi yang baik			
	1.7 mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar olahraga beladiri	Pencak silat	6jp	3jp 3tes
	1.8 mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana	Senam Lantai	6jp	3jp 3tes
	1.9 mempraktikkan variasi rangkaian aktivitas gerak berirama dalam bentuk rangkaian sederhana	Senam Ritmik	6jp	3jp 3tes
	1.10 mempraktikkan empat komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan berdasarkan norma instrumen yang digunakan	Kebugaran Jasmani	6jp	3jp 3tes
	1.11 mempraktikkan keterampilan dua teknik dasar gaya renang melalui penambahan gaya yang telah dimiliki dengan koordinasi yang baik dengan jarak tertentu	Renang	6jp	3jp 3tes

Mengetahui,
Kepala SMP N 2 Yogyakarta

Yogyakarta, 6 Agustus 2014
Guru Mapel

Drs. H. Paiman, MA
NIP.196105051987031003

Shodri, S.Pd
NIP. 19740920 199903 2 001



PROGRAM PEMBELAJARAN SEMESTER I

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

KELAS XI

MAN YOGYAKARTA II

Jl.KHA.Dahlan No.130 Yogyakarta

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta II

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / Ganjil

Tahun Pelajaran : 2014 / 2015

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

[illegible]

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta II

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / Ganjil

Tahun Pelajaran : 2014 / 2015

Standar Kompetensi : 5. Mempraktikan rangkaian gerak senam dengan gerakan yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

[illegible]

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Shodri, S.Pd
NIP.19740920 199903 2 001

Yogyakarta, Agustus 2014
Mahasiswa PPL,

Satria Widi Septianto
NIM. 11601244075

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta II

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / Ganjil

Tahun Pelajaran : 2014 / 2015

Standar Kompetensi : 7. Mempraktikan jenis latihan beban dengan alat sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

[illegible]

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Shodri, S.Pd
NIP.19740920 199903 2 001

Yogyakarta, Agustus 2014
Mahasiswa PPL,

Satria Widi Septianto
NIM. 11601244075

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta II

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / Ganjil

Tahun Pelajaran : 2014 / 2015

Standar Kompetensi : 8. Mempraktikan teknik dasar renang gaya dada dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

	dimodifikasi.																									
UjianMateri																										
Remedial																										
Pengayaan																										

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Shodri, S.Pd
NIP.19740920 199903 2 001

Yogyakarta, Agustus 2014
Mahasiswa PPL,

Satria Widi Septianto
NIM. 11601244075

PROGRAM SEMESTER
TAHUN PELAJARAN 2014 / 2015

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta II

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : XI / Ganjil

Tahun Pelajaran : 2014 / 2015

Standar Kompetensi : 10. Mempelajari tentang pola hidup sehat dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

[illegible]

Pengayaan																									
------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Shodri, S.Pd
NIP.19740920 199903 2 001

Yogyakarta, Agustus 2014
Mahasiswa PPL,

Satria Widi Septianto
NIM. 11601244075



MATRIKS PROGRAM KERJA KKN-PPL UNY TAHUN 2014

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

F01

Kelompok Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : MAN Yogyakarta II
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl.KHA.Dahlan No.130 Yogyakarta
NAMA MAHASISWA : Satria Widi Septianto
NIM : 11601244075
FAK/JUR/PRODI : Fakultas Ilmu Keolahragaan/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/ Prodi PJKR

NO	PROGRAM / KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU									JUMLAH JAM
		I (7-12 Juli 2014)	II (14-19 Juli 2014)	III (4-9 Agustus 2014)	IV (11-16 Agustus 2014)	V (18-23 Agustus 2014)	VI (25-30 Agustus 2014)	VII (1-6 Sept 2014)	VIII (8-13 Sept 2014)	IX (15-17 Sept 2014)	
1.	PEMBUATAN RPP KELAS XI										
	a. Persiapan		2			2					10
	b. Pelaksanaan			2		2					
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut			1		1					

2.	PEMBUATAN RPP KELAS XII										
	a. Persiapan		2			2					10
	b. Pelaksanaan			2		2					
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut			1		1					
3.	KONSULTASI RPP										
	a. Persiapan		2								5
	b. Pelaksanaan		2								
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut		1								
4.	REVISI RPP KELAS XI										
	a. Persiapan						2				5
	b. Pelaksanaan						2				
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						1				
5.	REVISI RPP KELAS XII										
	a. Persiapan						2				5
	b. Pelaksanaan						2				
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						1				
6.	PEMBUATAN MEDIA MENGAJAR KELAS XI										
	a. Persiapan			2			2				10
	b. Pelaksanaan			2			2				

	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut			1			1				
7.	PEMBUATAN MEDIA MENGAJAR KELAS XII										
	a. Persiapan			2	2		2	2	2		25
	b. Pelaksanaan			2	2		2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut			1	1		1	1	1		
8.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI B										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		
9.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI Ag										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		
10.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI A2										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		

11.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI A1										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		
12.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI IS 1										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		
13.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI A3										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		
14.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI IS 2										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2	2		
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut				1	1	1	1	1		
15.	PRAKTIK MENGAJAR RPP KELAS XI IS 3										
	a. Persiapan				2	2	2	2	2		25

	a. Persiapan										6
	b. Pelaksanaan		6								
	c. Evaluasi dan tindak lanjut										
	TOTAL JAM										509

Yogyakarta, 17 September 2014

Kepala Sekolah

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

MAN Yogyakarta II

Drs. H. Paiman, MA

Shodri, S.Pd

Satria Widi Septianto

NIP.196105051987031003

NIP. 19740920 199903 2 001

NIM. 11601244075

SILABUS SMA/MA

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMA/SMK

Kelas : XI

Kompetensi Inti :

KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya

KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia

KI 3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah

KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta 2.1 Berperilaku sportif dalam					

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar	Permainan bola besarl menggunakan permainan	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya 	Unjuk kerja:	15 JP	<ul style="list-style-type: none"> Bola sepak Lapangan

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>serta menyusun rencana perbaikan</p> <p>4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besarsesuai hasil analisis dan kategorisasi</p>	Sepakbola *)	<p>yang kompeten tentang ketrampilan gerak teknik dasar yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang).</p> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai ketrampilan gerak teknik dasar (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) Mencari berbagai informasi tentang ketrampilan gerak teknik dasar serta menyusun rencana yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikanketrampilan gerak teknik mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang dan membuat kesimpulannya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang 	<p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor sepak bola</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas sepak bola</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak sepak bola</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<p>sepakbola</p> <ul style="list-style-type: none"> Tiang gawang Tiang pancang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI TV/Vidro

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan sepakbola serta menyusun rencana perbaikan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan gerak permainan sepakbola dan membuat kesimpulannya. • Peserta didik mencoba mempraktikkan teknik dasar permainan sepak bola dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memilih/memutuskan cara mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola dengan baik sesuai dengan arah datangnya bola. • Memutuskan cara mengumpan, dan menembak bola dengan baik sesuai dengan arah sasaran. serta menyusun rencana <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik menendang, 	sepak bola		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		menahan, menggiring, dan menembak bola ke gawang yang telah dipelajarinya dan menyusun rencana serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.			
	Permainan bola besar menggunakan permainan Bolavoli *)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash). Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola voli 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor bola voli</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas bola voli</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bola voli Lapangan bolavoli Net/jaring Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>(passing bawah, passing atas, servis, dan smash) yang telah diamati.</p> <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan bolavoli serta menyusun rencana perbaikan Memperagakan teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih/memutuskan passing yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola maupun kecepatannya. Memilih/memutuskan jenis servis dan kecepatan bola yang akan digunakan untuk menyulitkan lawan. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolavoli dengan menerapkan keterampilan teknik permainan yang telah dipelajarinya menggunakan 	<p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak bola voli</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak bola voli</p>		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		peraturan yang dimodifikasi dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.			
	Permainan bola besar menggunakan permainan Bolabasket *)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring). <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) yang telah diamati. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung. 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor bola basket</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas bola basket</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bola basket Lapangan bola basket Ring/basket Peluit <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud</p>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat memprakkan gerak teknik dasar permainan bola basket dan menyusun rencana perbaikan serta membuat kesimpulannya. Peserta didik memperagakan berbagai teknik dasar keterampilan gerak melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola ke ring basket dengan benar sesuai yang diperagakan. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menganalisis gerakan teknik dasar permainan bola basket dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapkan dalam permainan. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolabasket dengan menerapkan teknik yang telah dipelajari menggunakan peraturan dimodifikasi dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain 	<p>bola basket</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak bola basket</p>		
3.2 Menganalisis dan mengkategorikan	Permainan bola kecil menggunakan	Mengamati			

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.2Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola kecilsesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p>permainan Softball *)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar keterampilan gerak permainan softball. • Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang teknik dasar keterampilan gerak permainan softball melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secara bergantian menyampaikan pertanyaan berkenaan dengan teknik dasar permainan softball <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukansaat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan softball serta menyusun rencana perbaikan. • Memperagakan berbagai pola keterampilan gerak memegang bola, menangkap bola, melempar bola, dan melambungkan bola. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menganalisis bentuk pukulan dan arah 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor softball</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas softball</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak softball</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep</p>	<p>9 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Glove • Bola softball • Stik • Lapangan softball • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. • TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		jalanya bola sesuai dengan yang dikehendaki pada saat memukul bola. Mengomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Bermain softball menggunakan peraturan dimodifikasi dengan menerapkan teknik melempar, menangkap, dan memukul bola softball yang telah dipelajari dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	keterampilan gerak softball		
	Permainan bola kecil menggunakan permainan Bulutangkis *)	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar permainan bulu tangkis yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan forehand, back-hand, servis, dan smesh) 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor		<ul style="list-style-type: none"> Raket Shuttlecock Lapangan bulutangkis Net/jarring bulutangkis

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar permainan bulutangkis <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan bulu tangkis dari buku atau pun media yang lainnya • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat memperagakan gerakan teknik dasar permainan bulutangkis serta menyusun rencana perbaikan • Memperagakan berbagai pola keterampilan gerak memegang raket, memukul, smash yang dilakukan dalam bentuk bermain. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan pukulan forehand dan backhand serta memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola dan arah yang harus dituju. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bulutangkis menggunakan 	<p>bulutangkis</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas bulutangkis</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak bulutangkis</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak bulutangkis</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. • TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		peraturan dimodifikasi dengan menerapkan teknik permainan yang telah diperoleh dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.			
	Permainan bola kecil menggunakan permainan Tenis Meja *)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar permainan tenis meja yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan forehand, back-hand, servis, dan smesh) <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar permainan tenis meja <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan tenis meja dari buku atau pun media yang lainnya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan pola keterampilan gerak permainan tenis meja serta menyusun rencana perbaikan. 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor tenis meja</p> <p>Observas:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas bulutangkis</p> <p>Portofolio:</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bet/pemukul Bola ping-pong Meja ping-pong Net/jarring tenis meja Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<ul style="list-style-type: none"> Memperagakan berbagai teknik dasar keterampilan gerak memegang bet, servis forehand dan backhand, dan memukul bola dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan pukulan forehand dan backhand serta memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola dan arah yang harus dituju. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain tenis meja menggunakan peraturan dimodifikasi dengan menerapkan teknik permainan yang telah diperolehnya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	<p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak bulutangkis</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak bulutangkis</p>		
3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun	Atletik (Lompat jauh) *)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan guru atau peserta didik yang 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor lompat</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Bak lompat jauh Peluit Sumber: Buku

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
rencana perbaikan 4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.		<p>mampu.</p> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari buku atau pun media yang lainnya • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ anchang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).serta menyusun rencana perbaikan. • Memperagakan berbagai variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang, tumpuan, saat melayang di udara dan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara.. <p>Mengasosiasi</p>	<p>jauh</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas lompat jauh</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak lompat jauh</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak lompat jauh</p>		Penjasorkes SMA Kelas XI,Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<ul style="list-style-type: none"> Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di udara menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Atletik (Lompat Tinggi) *)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor lompat tinggi</p>		<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Bak lompat tinggi Tiang mistar Peluit Sumber: Buku

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>secara bergantian berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle.</p> <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menggali informasi berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat).serta menyusun rencana perbaikan Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan, sikap tubuh di atas mistardan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya straddle. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menerapkan teknik 	<p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas lompat tinggi</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak lompat tinggi</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak lompat tinggi</p>		<p>Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.</p>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		yang telah dipelajariya menggunakan peraturan dimodifikasi dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain			
3.4 Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri	Beladiri (Pencak Silat) **)	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik memukul, menendang, menangkis, dan mengelak yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor pencak silat	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> Ruangan atau halaman sekolah Arena pencak silat Goong Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video
4.4 mempraktikkan strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri dengan lancar dan koordinasi gerak yang baik..					
		Menanya <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri pencak silat. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri pencak silat Mengeksplorasi <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi 	Observasi: Untuk mengukur perilaku selama aktifitas pencak silat		
			Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>berkaitan dengan teknik gerakan beladi pencak silat (memukul, menendang, menangkis, dan mengelak) dari buku atau pun media yang lainnya</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperagakan berbagai teknik gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak pada olahraga bela diri pencak silat. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih jenis pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan sesuai dengan situasi <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pertandingan pencak silat menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya menggunakan peraturan dimodifikasi dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	<p>serta keterampilan gerak pencak silat</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak pencak silat</p>		
3.5 Menganalisis konsep pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan	Kebugaran Jasmani	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh yang diperagakan guru atau 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Palang tunggal Matras senam Formulir tes Peluit

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>menggunakan instrumen terstandar.</p> <p>4.5 mempraktikkan pengukuran derajat komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan menggunakan instrumen terstandar.</p>		<p>peserta didik yang mampu.</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan gerakan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh yang merupakan komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan . Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan yang merupakan komponen kebugaran jasmani untuk keterampilan <p>Megeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, 	<p>kebugaran jasmani</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas kebugaran jasmani</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak kebugaran jasmani</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak kebugaran jasmani</p>		<ul style="list-style-type: none"> Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>kelenturan, dan komposisi tubuh) dan komponen kebugaran jasmani untuk keterampilan (koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan) dari buku atau pun media yang lainnya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, komposisi tubuh. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan. • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan dan membuat kesimpulannya • Memperagakan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan yang meliputi: kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh. • Memperagakan berbagai bentuk latihan 			

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>kebugaran jasmani yang terkait dengan ketrampilan yang meliputi: latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan.</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menentukan bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan maupun keterampilan sesuai dengan kemampuannya untuk meningkatkan kebugaran. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tes kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan yang meliputi: kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian Melakukan tes kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan yang meliputi: koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ ketepatan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dan 			

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian.			
<p>3.6 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.6 mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	Senam Ketangkasan	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat Memperagakan berbagai teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai.. 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor senam ketangkasan</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas senam ketangkasan</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Matras senam Kuda-kuda lompat Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan gerakan lompat jongkok dan lompat kangkang untuk mengetahui faktor kesulitannya. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian gerakan lompat jongkok pada meja lompat atau punggung teman yang membungkuk dengan urutan rangkaian mulai dari lari awalan, tolakan dua kaki, tumpuan dan dorongan dua tangan sampai pendaratan dalam bentuk perlombaan dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman. • Melakukan rangkaian gerakan lompat kangkang pada meja lompat atau punggung teman yang membungkuk dengan urutan rangkaian mulai dari lari awalan, tolakan dua kaki, tumpuan dan dorongan dua tangan sampai pendaratan dalam bentuk perlombaan dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman. 	<p>senam ketangkasan</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak senam ketangkasan</p>		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>3.7 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan rangkaian gerak (koreo) aktivitas gerak ritmik.</p> <p>4.7 Mempraktikkan perbaikan keterampilan rangkaian gerak (koreo) aktivitas gerak ritmik sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	Aktivitas gerak ritmik	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan keterampilan rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan berkaitan dengan rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan rangkaian gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan dari buku atau media lainnya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan an cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan rangkaian gerakan ritmik (langkah kaki dan ayunan lengan). Memperagakan berbagai teknik gerakan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik menggunakan salah satu alat. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menunjukkan keserasihan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan 	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor rangkaian gerak</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas rangkaian gerak</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak rangkaian gerak</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan/ruangan Tipe recorder Kaset senam ritmik Gada, simpai, pita, dan bola. Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>untuk mendapatkan gerak yang baik.</p> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan senam ritmik menggunakan salah satu alat (gada, simpai, pita, dan bola) dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kedisiplinan, toleransi, keluwesan, estetika. 	<p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak rangkaian gerak</p>		
<p>3.8 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan dasar empat gaya renang, dan keterampilan dasar penyelamatan, serta tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air</p> <p>4.8 Mempraktikkan keterampilan dasar empat gaya renang dengan koordinasi yang baik, dan keterampilan dasar penyelamatan, serta tindakan pertolongan</p>	Aktivitas Renang *)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik memperhatikan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mengajukan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air. <p>Mengeksplorasi</p>	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor renang</p> <p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur perilaku selama aktifitas renang</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> Kolam renang Pelampung renang Kaca mata renang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
keawatdaruratan di air*		<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air dari buku atau pun media yang lainnya. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan aktivitas renang dan memberikan pertolongan pada kecelakaan di air. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya bebas. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya dada. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya punggung. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya kupu-kupu . • Memperagakan cara memberikan pertolongan pada korban kecelakaan di air. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan gaya renang yang harus digunakan untuk melakukan pertolongan. 	<p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak renang</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak renang</p>		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<ul style="list-style-type: none"> Membandingkan faktor kesulitan dari pada ke empat (4) gaya renang yang sudah dipelajarannya. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik melakukan perlombaan estafet renang gaya (bebas, dada, punggung dan kupu-kupu) menempuh jarak (4 x 25 m) secara berkelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. Peserta didik memperagakan gerak rangkaian cara memberikan pertolongan di air secara berpasangan dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. 			
3.9 Memahami upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika terhadap diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa	Pencegahan Narkoba dan Psikotropika	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan tentang dampak buruk terhadap penyalahgunaan narkoba dan psikotropika bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara 	<p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku</p>	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>dannegara</p> <p>4.9 Menyajikan informasi berkaitan dengan upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika.terhadap diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara</p>		<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan dampak buruk terhadap penyalahgunaan narkoba dan psikotropika bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari berbagai informasi tentang upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan dan penanggulanga narkoba dan psikotropika dari berbagai sumber dan mendiskusikannya.. • Mencari berbagai informasi tentang pengaruh yang diakibatkan narkoba dan psikotropika bagi tubuh manusia dari berbagai sumber dan mendiskusikannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari hubungan penyebab penyalahgunaan narkoba dan psikotropika di kalangan remaja • Membuat pola pencegahan penyalahgunaan narkoba dan psikotropika di kalangan remaja <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menyampaikan hasil temuan tentang cara-cara pencegahan dan 	<p>selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip Pencegahan Narkoba dan Psikotropika</p>		<p>SMA Kelas XI,Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.</p> <ul style="list-style-type: none"> • TV/Video

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika dan mendiskusikan serta membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok dan mempresentasikannya di depan kelas.			
<p>3.10 Memahami dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas.</p> <p>4.10 Menyajikan informasi tentang dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas</p>	Budaya Hidup Sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan tentang penyebab terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkan terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat, dan cara pencegahan seks bebas secara individu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan permasalahan yang dijelaskan guru berkaitan dengan seks bebas. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi dari berbagai media tentang penyebab terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkannya. Mengidentifikasi perilaku-perilaku seks bebas pada usia sekolah secara individu. Mendiskusikan penyebab terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkan terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat, dan cara pencegahan seks bebas dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, 	<p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes:</p> <p>Dampak seks bebas</p>	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lap top LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. Internet

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas</p> <p>Mengasosiasasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Banyaknya media yang dapat merangsang terjadinya perbuatan yang menyimpang sehingga banyak yang ingin mencoba yang akhirnya ketagihan. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas berkaitan dengan seks bebas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 			
<p>3.11 Memahami bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS</p> <p>4.11 Menyajikan informasi berkaitan dengan bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS</p>	Budaya Hidup Sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan guru tentang tentang sejarah, hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala-gejala HIV dan AIDS secara individu. Memperhatikan Mencari berbagai informasi tentang sejarah, hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala-gejala HIV dan AIDS secara individu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan dan mendiskusikan tentang HIV dan AIDS 	<p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja</p>	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lap top LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik memaparkan hal yang berkaitan dengan penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 	<p>berupa kajian konsep</p> <p>Tes:</p> <p>bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS</p>		<p>Kemdikbud.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Internet

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
3.12 Menganalisis perencanaan program kesehatan pribadi 4.12 Merancang program perencanaan kesehatan pribadi untuk 1 semester	Budaya Hidup Sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan tentang jenis-jenis anggota tubuh untuk dipelihara dalam menjaga kesehatan pribadi dan macam-macam penyakit yang timbul oleh tidak terpeliharanya kesehatan pribadi secara individu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan tentang jenis-jenis anggota tubuh dan macam-macam penyakit yang dapat ditimbulkan karena tidak terpeliharanya kesehatan pribadi. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi tentang jenis-jenis anggota tubuh dan cara memeliharanya. Mencari berbagai informasi tentang cara penanggulangan penyakit yang diakibatkan oleh tidak terpeliharanya kesehatan pribadi secara individu. Mendiskusikan tentang langkah-langkah perencanaan program kesehatan pribadi secara berkelompok. Mendiskusikan tentang cara penyusunan jadwal kegiatan sehari-hari dalam menuju hidup sehat dan berkualitas 	<p>Observasi:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes:</p> <p>Kesehatan pribadi</p>	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lap top LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. Internet

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>secara berkelompok.</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan tentang perencanaan program kesehatan pribadi dalam rangka menuju hidup sehat dan berkualitas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memebuat perencanaan untuk dapat hidup sehat dan berkualitas mudah, akan tetapi sulit dalam pelaksanaannya. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok berkaitan dengan program hidup sehat dan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 			

Catatan:

*)Merupakan pembelajaran pilihan yang pelaksanaan pembelajarannya disesuaikan dengan kondisi dan situasi sekolah.

**) Pembelajaran pencak silatdapat digantikan dengan beladiri yang lainnya, disesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bulutangkis

1. Teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none">• Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none">• Teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok).• Variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok).• Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	<ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat Melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bulutangkis
- Pemanasan khusus bulutangkis dalam bentuk permainan

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi). (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.);

- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Raket
- Shuttlecock
- Lapangan permainan bulutangkis atau lapangan sejenisnya
- Net/jaring bulutangkis
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan bulutangkis
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan bulutangkis
 - Rekaman/cuplikan pertandingan bulutangkis

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand dan servis, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bulutangkis (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Pukulan forehand					Pukulan backhand					Servis					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (pukulan forehand dan backhand) Shuttlecock dipukulkan ke tembok/dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis) melewati net/jaring sebanyak 20 kali servis (Skor maksimal 20 X 5 = 100).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > Angka 90 > Angka 80	100%	Sangat Baik

3.																			
4.																			
5.																			
dst																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																			

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik dasar servis permainan bulutangkis!
2.	Jelaskan cara memegang raket bulutangkis!
3.	Jelaskan cara melakukan pukulan forehand permainan bulutangkis!
4.	Jelaskan cara melakukan pukulan backhand permainan bulutangkis!
5.	Jelaskan cara melakukan pukulan servis permainan bulutangkis!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Yogyakarta, 29 Agustus 2014
Mahasiswa PPL**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Satria Widi Septianto
NIM.11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII / 1
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

2. Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 2.1. Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.
- 2.2. Mempraktikkan tes kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.
- 2.3. Mempraktikkan perawatan tubuh agar tetap segar.

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
4. Melakukan latihan kelentukan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
5. Melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
4. Siswa dapat melakukan latihan kelentukan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
5. Siswa dapat melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- *Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-*

B. Materi Pembelajaran

Aktivitas Pengembangan

1. Latihan kekuatan dengan koordinasi yang baik.
2. Latihan kecepatan dengan koordinasi yang baik.
3. Latihan daya tahan dengan koordinasi yang baik.
4. Latihan kelentukan dengan koordinasi yang baik.
5. Latihan tes kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none">• Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya	<ul style="list-style-type: none">• Latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.• Latihan kecepatan dalam bentuk sederhana.• Latihan daya tahan dalam bentuk sederhana.• Latihan kelentukan dalam bentuk sederhana.• Tes kebugaran jasmani secara sederhana	<ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat Melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan latihan kelentukan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum

- Berlari mengelilingi lapangan atau halaman sekolah

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan dengan koordinasi yang baik. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan dengan koordinasi yang baik. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Penjelasan cara melakukan tes kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Melakukan tes kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik menggunakan sirkuit training (berpasangan dan berkelompok). (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lapangan atau halaman sekolah

- Palang tunggal
- Matras senam
- Formulir tes
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Media elektronik
 - Audio/video visual latihan kebugaran jasmani
 - Rekaman/cuplikan latihan kebugaran jasmani

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA (lari 60 meter, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.200 m untuk putera dan 1.000 m untuk puteri), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses tes kebugaran jasmani siswa SMA (Penilaian kebugaran jasmani)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jm l	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor maksimal}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Putera SMA

Lari 60 m	Gantung/ Angkat tubuh	Baring duduk	Loncat tegak	Lari 1.200 m	Kriteria Pengskora n	Klasifikasi Nilai
..... < 7.2 dtk > 19 kali > 41 kali > 73 < 3.14 mnt	100%	Sangat Baik
7.3 – 8.3 dtk	14 – 18 kali	30 – 40 kali	60 – 72	3.15 – 4.25 mnt	90%	Baik
8.4 – 9.6 dtk	9 – 13 kali	21 – 29 kali	50 – 59	4.26 – 5.12 mnt	80%	Cukup
9.7–11.0 dtk	5 – 8 kali	10 – 20 kali	39 – 49	5.13 – 6.33 mnt	70%	Kurang
..... > 11 dtk < 5 kali < 10 kali < 39 > 6.33 mnt	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Puteri SMA

Lari 60 m	Gantung/Si ku tekuk	Baring duduk	Loncat tegak	Lari 1.200 m	Kriteria Pengskora n	Klasifikasi Nilai
..... < 8.4 dtk > 41 kali > 28 kali > 50 < 3.52 mnt	100%	Sangat Baik
8.5 – 9.8 dtk	22 – 40 kali	20 – 28 kali	39 – 49	3.53 – 4.56 mnt	90%	Baik
9.9 – 11.4 dtk	10 – 21 kali	10 – 19 kali	31 – 38	4.57 – 5.58 mnt	80%	Cukup
11.5 –13.4 dtk	3 – 9 kali	3 – 9 kali	23 – 30	5.59 – 7.23 mnt	70%	Kurang
..... > 13.4 dtk < 3 kali < 3 kali < 23 > 7.23 mnt	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor aktual}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran kebugaran jasmani dengan metode resiprokal :

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan cara melakukan latihan kekuatan!
2.	Jelaskan cara melakukan latihan kecepatan!
3.	Jelaskan cara melakukan latihan daya tahan!
4.	Jelaskan cara melakukan latihan kelentukan!
5.	Jelaskan cara melakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Yogyakarta, 18 Agustus 2014
Mahasiswa PPL**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Satria Widi Septianto
NIM.11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Sepakbola

- Koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- *Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-*

C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Inclusive (cakupan)
- Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
- Permainan (*game*)
- Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri 	<ul style="list-style-type: none"> • Latihan koordinasi teknik dasar (meng-umpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki. • Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa dapat Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan ber-kelompok dengan meng-gunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. • Siswa dapat Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk me-numbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, ke-jujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan sepakbola
- Pemanasan khusus sepakbola dalam bentuk permainan

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.***);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (***nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,***);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Berbaris dan berdoa. (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola sepak atau sejenisnya
- Lapangan permainan sepakbola atau lapangan sejenisnya
- Tiang gawang
- Tiang pancang atau sejenisnya
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan sepakbola
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan sepakbola
 - Rekaman/cuplikan pertandingan sepakbola (liga sepakbola)

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar (menendang, menahan/mengontrol bola dan menggiring bolasepak), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan kecakangan)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jm 1	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		

..... > 25 kali > 20 kali	100%	Sangat Baik
21 – 24 kali	17 – 19 kali	90%	Baik
17 – 20 kali	14 – 16 kali	80%	Cukup
13 – 16 kali	11 – 13 kali	70%	Kurang
..... < 13 kali < 11 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 rintangan > 20 rintangan	100%	Sangat Baik
20 – 24 rintangan	15 – 19 rintangan	90%	Baik
15 – 19 rintangan	11 – 15 rintangan	80%	Cukup
10 – 14 rintangan	6 – 10 rintangan	70%	Kurang
..... < 10 rintangan < 6 rintangan	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepakbola dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan tanpa bola dalam permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola penyerangan!
3.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola pertahanan!
4.	Jelaskan cara melakukan menggiring dan dilanjutkan dengan menembak ke gawang!
5.	Jelaskan cara melakukan menggiring, mengontrol, dilanjutkan menembak ke gawang!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Yogyakarta, 11 Agustus 2014
Mahasiswa PPL**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Satria Widi Septianto
NIM.11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain *salah satu* permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bolabasket

1. Koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)

4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan koordinasi teknik dasar me-lempar, menangkap, menggiring dan me-nembak bola (ber-pasangan dan ber-kelompok). Bermain bolabasket dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa dapat Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Siswa dapat Bermain bolabasket bola-basket dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, meng-hargai, semangat, dan percaya diri.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bolabasket
- Pemanasan khusus bolabasket dalam bentuk permainan

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan koordiansi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola basket atau sejenisnya
- Lapangan permainan bolabasket atau lapangan sejenisnya
- Ring basket
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan bolabasket
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan bolabasket
 - Rekaman/cuplikan pertandingan bolavoli (liga bolabasket)

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolabasket (Penilaian keterampilan kecakangan)

No	Nama Siswa	Lempar tangkap					Menggiring					Menembak					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar dan menangkap bolabasket) bola dilempar dan ditangkap ke arah sasaran dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putra</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- | Perolehan Nilai | | Kriteria Pengskoran | Klasifikasi Nilai |
|-------------------------|-------------------------|---------------------|-------------------|
| <i>Putera</i> | <i>Puteri</i> | | |
| > 15
rintangan | > 12
rintangan | 100% | Sangat Baik |
| 12 – 14 rintangan | 10 – 12 rintangan | 90% | Baik |
| 9 – 11 rintangan | 7 – 9 rintangan | 80% | Cukup |
| 6 – 8 rintangan | 4 – 6 rintangan | 70% | Kurang |
| < 6 rintangan | < 4 rintangan | 60% | Kurang Sekali |

- | Perolehan Nilai | | Kriteria Pengskoran | Klasifikasi Nilai |
|------------------|------------------|---------------------|-------------------|
| <i>Putera</i> | <i>Puteri</i> | | |
| > 17 masuk | > 15 masuk | 100% | Sangat Baik |
| 14 – 16 masuk | 12 – 14 masuk | 90% | Baik |
| 11 – 13 masuk | 9 – 11 masuk | 80% | Cukup |
| 8 – 10 masuk | 6 – 8 masuk | 70% | Kurang |
| < 8 masuk | < 6 masuk | 60% | Kurang Sekali |

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

[illegible]

2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
dst																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																			

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolabasket dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan variasi permainan bolabasket!
2.	Sebutkan macam-macam variasi permainan bolabasket!
3.	Sebutkan bentuk-bentuk latihan lay-up shoot permainan bolabasket!
4.	Jelaskan cara melakukan lay-up shoot permainan bolabasket!
5.	Jelaskan cara melakukan melempar, menangkap, menggiring dilanjutkan dengan lay-up shoot!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Yogyakarta, 1 September 2014
Mahasiswa PPL**

**Satria Widi Septianto
NIM.11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain futsal dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

G. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Siswa dapat bermain futsal dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

H. Materi Pembelajaran

Permainan Futsal

- Koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain futsal dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- *Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-*

I. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Inclusive (cakupan)
- Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
- Permainan (*game*)
- Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri 	<ul style="list-style-type: none"> • Latihan koordinasi teknik dasar (meng-umpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki. • Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa dapat Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan ber-kelompok dengan meng-gunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. • Siswa dapat Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk me-numbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, ke-jujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

J. Langkah-langkah Pembelajaran

3. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lingkungan sekolah
- Pemanasan khusus futsal dalam bentuk permainan

4. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain futsal dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.***);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (***nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,***);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Berbaris dan berdoa. (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);

K. Alat dan Sumber Belajar

3. Alat Pembelajaran :

- Bola sepak (futsal) atau sejenisnya
- Lapangan permainan futsal atau lapangan sejenisnya
- Tiang gawang
- Tiang pancang atau sejenisnya
- Peluit

4. Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan futsal
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan futsal
 - Rekaman/cuplikan pertandingan futsal (liga futsal)

L. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar (menendang, menahan/mengontrol bola dan menggiring bolasepak), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan futsal (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jm 1	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan futsal dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan tanpa bola dalam permainan futsal!
2.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola penyerangan!
3.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola pertahanan!
4.	Jelaskan cara melakukan menggiring dan dilanjutkan dengan menembak ke gawang!
5.	Jelaskan cara melakukan menggiring, mengontrol, dilanjutkan menembak ke gawang!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Yogyakarta, 11 Agustus 2014
Mahasiswa PPL**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Satria Widi Septianto
NIM.11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII / 1
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.2. mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola kecil dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

⑧ Karakter siswa yang diharapkan :

- Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-

B. Materi Pembelajaran

Permainan Tenis meja

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none">• Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola kecil dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none">• Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan ber-kelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan.• Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	<ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan.• Siswa dapat Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum

- Berlari mengelilingi lapangan tenis meja
- Pemanasan khusus tenis meja dalam bentuk permainan

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.
- Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum

- Berlari mengelilingi lapangan tenis meja
- 2. Kegiatan Inti (70 menit)**
- Eksplorasi**
 Dalam kegiatan eksplorasi :
 Uji kompetensi permainan tenis meja yang terdiri dari :
Elaborasi
 Dalam kegiatan elaborasi,
- Uji kompetensi memukul forehand dan backhand tenis meja
 - Uji kompetensi servis forehand dan backhand tenis meja
 - Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja
- Konfirmasi**
 Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:
- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
 - Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- 3. Kegiatan Penutup (10 menit)**
- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
 - Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
 - Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bat/pemukul
- Bola pingpong
- Lapangan permainan tenis meja atau lapangan sejenisnya
- Net/jaring tenis meja
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.

- Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Buku permainan tenis meja
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan tenis meja
 - Rekaman/cuplikan pertandingan tenis meja

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand dan servis, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan tenis meja (Penilaian keterampilan cabang)

No	Nama Siswa	Pukulan forehand					Pukulan backhand					Servis					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (pukulan forehand dan backhand) bola dipukulkan ke papan/dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai	Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
-----------------	---------------------	-------------------

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan tenis meja dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan pola pertahanan permainan tenis meja!
2.	Sebutkan macam-macam bentuk pola pertahanan permainan tenis meja!
3.	Jelaskan cara melakukan pukulan servis permainan tenis meja!
4.	Jelaskan cara melakukan pukulan smash permainan tenis meja!
5.	Jelaskan cara melakukan pukulan servis dilanjutkan smash permainan tenis meja!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Yogyakarta, 25 agustus2014
Mahasiswa PPL**

**Satria Widi Septianto
NIM: 11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.
- 1.2. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- *Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-*

B. Materi Pembelajaran

Aktivitas Uji Diri/Senam

1. Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.
2. Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none">• Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.• Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.	<ul style="list-style-type: none">• Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat).• Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting).	<ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1.Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan atau halaman sekolah

2.Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.

- Penjelasan cara melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik (perorangan dan berkelompok).
- Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik (perorangan dan berkelompok).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan atau halaman sekolah

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Uji kompetensi rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat).

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Uji kompetensi rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting)

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lapangan atau halaman sekolah
- Matras senam
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Media elektronik
 - Audio/video visual latihan senam lantai
 - Rekaman/cuplikan latihan senam lantai

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan latihan lompat kangkang, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses).

- Contoh penilaian proses lompat kangkang (Penilaian keterampilan kecakapan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal	Gerakan	Sikap Akhir	Jm	Nilai	Nilai
----	------------	------------	---------	-------------	----	-------	-------

		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	Proses	Akhir
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
ds b																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																			

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran senam ketangkasan dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan cara melakukan lompat kangkang tumpuan pada pangkal kuda-kuda lompat!
2.	Jelaskan cara melakukan lompat kangkang tumpuan pada ujung kuda-kuda lompat!
3.	Jelaskan cara melakukan lompat jongkok!
4.	Jelaskan cara melakukan gerakan berguling di atas peti lompat!
5.	Jelaskan cara melakukan variasi gerakan berguling di atas peti lompat!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							

2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh
 Nilai Akhir (NA) = -----
 Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
 Guru Mata Pelajaran**

**Yogyakarta, 5 September 2014
 Mahasiswa PPL**

**Shodri, S.Pd.
 NIP. 19641020 199403 1 0002**

**Satria Widi Septianto
 NIM. 11601244075**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA II
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

4. Melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
5. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
6. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- *Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-*

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bulutangkis

4. Teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
5. Variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
6. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

6. Demonstrasi
7. *Inclusive* (cakupan)
8. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
9. Permainan (*game*)
10. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none">• Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri	<ul style="list-style-type: none">• Teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok).• Variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok).• Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	<ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat Melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.• Siswa dapat Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

4. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bulutangkis
- Pemanasan khusus bulutangkis dalam bentuk permainan

5. Kegiatan Inti (60 menit)

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi). (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.);

- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

6. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

E. Alat dan Sumber Belajar

3. Alat Pembelajaran :

- Raket
- Shuttlecock
- Lapangan permainan bulutangkis atau lapangan sejenisnya
- Net/jaring bulutangkis
- Peluit

4. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan bulutangkis
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan bulutangkis
 - Rekaman/cuplikan pertandingan bulutangkis

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand dan servis, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bulutangkis (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Pukulan forehand					Pukulan backhand					Servis					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (pukulan forehand dan backhand) Shuttlecock dipukulkan ke tembok/dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis) melewati net/jaring sebanyak 20 kali servis (Skor maksimal 20 X 5 = 100).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > Angka 90 > Angka 80	100%	Sangat Baik

3.																			
4.																			
5.																			
dst																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																			

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik dasar servis permainan bulutangkis!
2.	Jelaskan cara memegang raket bulutangkis!
3.	Jelaskan cara melakukan pukulan forehand permainan bulutangkis!
4.	Jelaskan cara melakukan pukulan backhand permainan bulutangkis!
5.	Jelaskan cara melakukan pukulan servis permainan bulutangkis!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

**Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran**

**Yogyakarta, 29 Agustus 2014
Mahasiswa PPL**

**Shodri, S.Pd.
NIP.19740920 199903 2 001**

**Satria Widi Septianto
NIM.11601244075**

KALENDER PENDIDIKAN MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA II TAHUN PELAJARA

JULI 2014						
AHAD		6	13	20	27	
SENIN		7	14	21	28	
SELASA	1	8	15	22	29	
RABU	2	9	16	23	30	
KAMIS	3	10	17	24	31	
JUMAT	4	11	18	25		
SABTU	5	12	19	26		

JANUARI 2015						
AHAD		4	11	18	25	
SENIN		5	12	19	26	
SELASA		6	13	20	27	
RABU		7	14	21	28	
KAMIS	1	8	15	22	29	
JUMAT	2	9	16	23	30	
SABTU	3	10	17	24	31	

AGUSTUS 2014						
AHAD		3	10	17	24	31
SENIN		4	11	18	25	
SELASA		5	12	19	26	
RABU		6	13	20	27	
KAMIS		7	14	21	28	
JUMAT	1	8	15	22	29	
SABTU	2	9	16	23	30	

FEBRUARI 2015						
AHAD		1	8	15	22	
SENIN		2	9	16	23	
SELASA		3	10	17	24	
RABU		4	11	18	25	
KAMIS		5	12	19	26	
JUMAT		6	13	20	27	
SABTU		7	14	21	28	

SEPTEMBER 2014						
AHAD		7	14	21	28	
SENIN	1	8	15	22	29	
SELASA	2	9	16	23	30	
RABU	3	10	17	24		
KAMIS	4	11	18	25		
JUMAT	5	12	19	26		
SABTU	6	13	20	27		

MARET 2015						
AHAD	1	8	15	22	29	
SENIN	2	9	16	23	30	
SELASA	3	10	17	24	31	
RABU	4	11	18	25		
KAMIS	5	12	19	26		
JUMAT	6	13	20	27		
SABTU	7	14	21	28		

OKTOBER 2014						
AHAD		5	12	19	26	
SENIN		6	13	20	27	
SELASA		7	14	21	28	
RABU	1	8	15	22	29	
KAMIS	2	9	16	23	30	
JUMAT	3	10	17	24	31	
SABTU	4	11	18	25		

APRIL 2015						
AHAD		5	12	19	26	
SENIN		6	13	20	27	
SELASA		7	14	21	28	
RABU	1	8	15	22	29	
KAMIS	2	9	16	23	30	
JUMAT	3	10	17	24		
SABTU	4	11	18	25		

NOVEMBER 2014						
AHAD		2				
SENIN		3				
SELASA		4				
RABU		5				
KAMIS		6				
JUMAT		7				
SABTU	1	8				

MEI 2015						
AHAD		3				
SENIN		4				
SELASA		5				
RABU		6				
KAMIS		7				
JUMAT	1	8				
SABTU	2	9				

Keterangan :

	Hari pertama masuk
	MOPDB (14-17)
	Libur Idul Fitri (21-31 Jan)
	Libur Umum
	Libur Semester
	Libur Khusus (HGN)
	UN Utama (13-16 Apr)
	UN Susulan (20-23 Apr)
	UAS
	UKK

	UTS
	Ujian PD
	UM & UAMBN (23/3 - 4/4)
	Kls XII : Ujian Praktik
	Kls X-XI : PKL
	Class Meeting
	Penerimaan Raport
	Pesantren Ramadhan
	Parent Day
	Kemah (30/3 - 2/4)

	Study Tour (9-11/4)
	Psikotest Kls XII
	Workshop (tentatif)
	Career Day
	Try Out UN
	Berpakaian Tradisional
	Rapat Evaluasi
	Rapat Wa-Las
	In House Training
	Kajian Islam

Kegiatan PHBN/PHBI/PHL :

19 Jun	: Peringatan Nuzulul Qur'an
16 Agt	: Peringatan HUT RI
17 Agt	: Upacara HUT RI
6 Sept	: Latihan Kurban
1 Sept	: Upacara (Lustrum)
25 Sept	: Perayaan Lustrum
24 Okt	: Perayaan Tahun Baru Islam 1436 H dan Peringatan Bulan

3 Jan	: Upacara
5 Jan	: Pengajia
21 Apr	: Peringat tini & Ha
20 Mei	: Lomba K ingatan Lomba M Kebangk

NB : Jadwal Ujian Madrasah/UAMBN dan Ujian Nasional masih bisa berubah menyesuaikan Keputusan Pemerintah
Jadwal Try Out menyesuaikan jadwal Try Out K3MA/MKKS/Dinas Dikpora

AN 2014/2015

NOVEMBER 2014			
9	16	23	30
10	17	24	
11	18	25	
12	19	26	
13	20	27	
14	21	28	
15	22	29	
DESEMBER 2014			
AHAD		7	14
21	28		
1	8	15	22
29			
2	9	16	23
30			
3	10	17	24
31			
4	11	18	25
5	12	19	26
6	13	20	27
JANUARI 2015			
10	17	24	31
11	18	25	
12	19	26	
13	20	27	
14	21	28	
15	22	29	
16	23	30	
JUNI 2015			
AHAD		7	14
21	28		
1	8	15	22
29			
2	9	16	23
30			
3	10	17	24
4	11	18	25
5	12	19	26
6	13	20	27

HAB Kemenag
n Maulid Nabi
an Hari Kar-
ari Bumi
eagamaan (Per-
Isra Mi'raj) dan
Mapel (Peringatan
kitan Nasional

Yogyakarta, 12 Juli 2014
Kepala Madrasah,





Dr. H. Paiman, M.A.

NIP: 19610505 198703 1 003

Dokumentasi



